



Заведующий

Менюготавливаемых блюд  
Категория: Сад

УТВЕРЖДАЮ  
Плотникова М. В.  
07.05.2024

Прием пищи	Наименование блюда	Сад		Пищевые вещества			Эн.ценн ость
		Ясли	Сад	Белки	Жиры	Углево ды	
08.05.2024							
Завтрак 1	КАША ПШЕНИЧНАЯ С МАСЛОМ	160	213	5,74	4,96	24,26	165,63
	БАТОН	51	51	1,5	0,25	12,85	59,5
	СЫР ПОРЦИЯМИ	7	13	3	3,87	0	47,47
	КАКАО НА МОЛОКЕ	223	223	3,14	3,46	15,02	99,58
Итого за завтрак 1			500,00	13,38	12,54	52,13	372,18
Завтрак 2	ЯБЛОКО	1 шт	1 шт	0,52	0,52	12,74	61,1
	СОК (фруктовый/овощной)	109	108	0,49	0,1	9,77	42,48
Итого за завтрак 2			238,00	1,01	0,62	22,51	103,58
На весь день	Соль йодированная	3	5	0	0	0	0
Итого за на весь день			5,00				
Обед	САЛАТ ИЗ ОТВАРНОЙ СВЕКЛЫ С РАСТИТЕЛЬНЫМ МАСЛОМ	40	60	0,9	3	3,9	47,9
	СУП КАРТОФЕЛЬНЫЙ С БОБОВЫМИ	180	200	5,12	3,6	14,88	112,8
	КАША ГРЕЧНЕВАЯ РАССЫПЧАТАЯ	110	150	3,59	4,57	37,33	204,35
	ПЕЧЕНЬ ПО-СТРОГАНОВСКИ	60	80	11,39	9,6	5,9	163
	КОМПОТ ИЗ ИЗЮМА	150	180	0,18	0,09	13,96	57,15
	ХЛЕБ РЖАНОЙ	110	110	2,89	0,41	22,89	101,06
Итого за обед			778,00	24,07	21,27	98,86	686,26
Полдник	МОЛОКО	224	224	5,6	4,9	9,3	104,8
	ПАСТИЛА	1 шт	1 шт	0,1	0	16,16	62
	ГРЕНКА МОЛОЧНАЯ	90	90	6,09	8,03	19,8	131,26
Итого за полдник			334,00	11,79	12,93	45,26	298,06
Ужин 1	КАРТОФЕЛЬ ТУШЕННЫЙ (2 вариант)	120	150	3,07	4,16	27,65	136,8
	РЫБА (ФИЛЕ) ОТВАРНАЯ	60	80	6,96	0,35	0,46	44,54
	ЧАЙ С МОЛОКОМ	206	206	0,89	1,11	12,68	48,96
	БАТОН	71	71	2,1	0,35	17,99	83,3
Итого за ужин 1			506,00	13,02	5,97	58,78	313,60
Итого за день			2361,00	63,27	53,33	277,54	1773,68
Среднее значение за период			2361,00	63,27	53,33	277,54	1773,68